



Was machen die eigentlich?

Kampfsport...

...Jeet Kune Do

Progressive Fighting Systems

Filipino Martial Arts...

Selbstverteidigung

Kampfkunst

...Grappling

Mittlerweile ist es vier Jahre her, wo der erste Anfängerkurs für moderne Selbstverteidigung statt gefunden hat. Die Werbeflyer für den Anfängerkurs trugen die Aufschriften, Progressive Fighting Systems – Jeet Kune Do Concepts – Filipino Martial Arts – Grappling.

Trotz der verwirrenden Bezeichnungen ist die Gruppe seit Beginn an stetig am Wachsen und die Trainingsstunden sind immer gut besucht.

Alle diejenigen, die den Schritt gewagt haben, unser Training zu besuchen, wissen was sich im Detail hinter den Bezeichnungen verbirgt.

Von Außenstehenden bekommen wir jedoch oft die Frage gestellt – was macht Ihr denn da eigentlich?



Die Antwort laute: in erster Linie, **Selbstverteidigung!**

Da auch wir das Rad der Kampfkunst nicht neu erfinden wollten, haben wir uns drei großen Kampfkunst-Stilrichtungen angeschlossen. Zum einem den Konzepten des Jeet Kune Do's, des Grapplings und zum anderen der philippinischen Kampfkünsten. Mit dem Artikel möchten wir ein wenig Licht ins Dunkeln der Begriffsdefinitionen bringen.

Kampfkunst

Dies ist die Bezeichnung für die kriegerische Auseinandersetzung. Hierunter kann man sich beispielhaft die Kunst der Samurais vorstellen.

Kampfsport

Ist die sportliche Auseinandersetzung, unter Einhaltung von festgelegten Regeln.

Selbstverteidigung

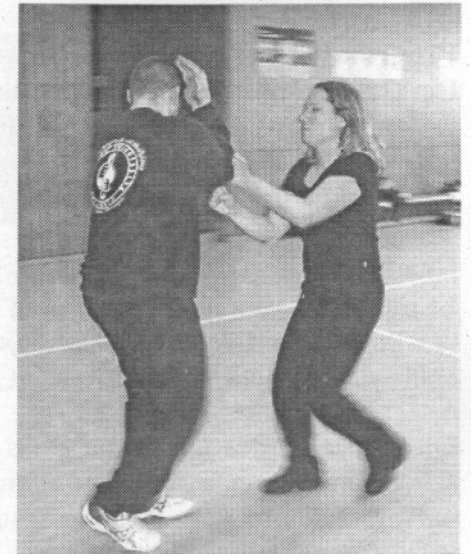
Ist das Erlernen von Techniken und Fähigkeiten, damit man sich und seine Mitmenschen, in einer Notsituation mit allen erdenklichen Mitteln beschützen kann.

Jeet Kune Do

Ist ein von Bruce Lee erfundenes Selbstverteidigungssystem. Bruce Lee starb 1973, daher redet man nach seinem Tod nur noch von den Konzepten des Jeet Kune Do's. Die Abkürzung hierfür lautet JKD.

Filipino Martial Arts

Kurz gesprochen FMA, ist die internationale Bezeichnung für die philippinischen Kampfkünste. Sie diente der kriegerischen Verteidigung der Landsleute, gegenüber Seefahrer und beinhaltet im Wesentlichen den Stock- und Messerkampf.





Budo / JKD FMA

Progressive Fighting Systems

Der Gründer des PFS ist der Amerikaner Paul Vunak. Er kombinierte sinnvoll das Selbstverteidigungssystem von Bruce Lee (JKD), mit den philippinischen Kampfkunst (FMA).



Grappling

Ist die internationale Bezeichnung für den Kampf am Boden. Es gehört zu der Rubrik Kampfsport, jedoch können die festgelegten Regeln auch das Schlagen am Boden beinhalten.

Die Konzepte des Jeet Kune Do's und Grapplings, sowie die philippinischen Kampfkünste sind sehr offen. Es gibt (mit einigen Ausnahmen) keine Verbände und kein Prüfungssystem. Es wird von Großmeister zu Schüler weitergegeben und irgendwann entwickelt sich aus den Schülern wie-

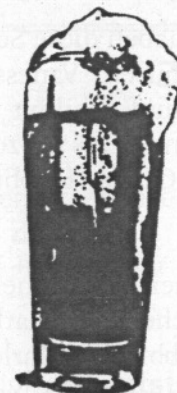


JEET KUNE DO CONCEPTS FILIPINO MARTIAL ARTS

der ein neuer Großmeister, der hierzu eine oder auch mehrer Instructor-Prüfungen ablegen muss. Dieser bringt wiederum durch seine Person und durch sein Wissen, neue Erfahrungen in das Selbstverteidigung-Training. So leben die Konzepte und passen sich immer den Anforderungen des Zeitalters an.

Trainer der Gruppe ist Norman Kaul. Er ist Full-Instructor für Progressive Fighting Systems, Instructor für Jun Fan / Jeet Kune Do, Instructor für Inosanto Kali, Kasama im IKEAF, Full-Instructor für Tactical Solutions für Defense. Zu dem hat er viele Jahre klassische Kampfsportarten wie Aikido, Karate und Ju Jutsu ausgeübt.

Wir möchten alle Neugierigen zum Hinterfragen der Bezeichnungen zu einem Probetraining einladen. Infos hierzu gibt es unter www.happy-headbutt.de oder 0172 - 72 92 52 1 (Norman Kaul).



Heimdienst · Festservice
Selbstabholer

**Getränkevertrieb
Speidel**

Hauptstraße 180
76297 Stutensee-Blankenloch
Telefon (0 72 44) 9 17 81